

对**26**种人体各部位癌症

分别介绍了有针对作用的治疗性药膳和化疗、放疗与术后恢复药膳



KANGAI
YAOSHAN SHILIAOFANG

抗癌

药膳食疗方

中华中医药学会肿瘤分会 组织编写

刘从明 顾平 杨建宇 主编

周宜强 刘嘉湘 主审



化学工业出版社
生物·医药出版分社

对**26**种人体各部位癌症

分别介绍了有针对作用的治疗性药膳和化疗、放疗与术后恢复药膳



KANGAI
YAOSHAN SHILIAOFANG

抗癌 药膳食疗方

中华中医药学会肿瘤分会 组织编写

刘从明 顾平 杨建宇 主编

周宜强 刘嘉湘 主审



化学工业出版社

生物·医药出版分社

· 北 京 ·

本书在概述肿瘤药膳理论、配膳原则及饮食禁忌的基础上,对 26 种人体常见癌症分别介绍了有针对作用的治疗性药膳的化疗、放疗与术后康复药膳。所选药膳功效明确、操作简易、原料易得,不但适用于各级中医师、中西医结合临床医师,也可供癌症患者及家属和关注健康的普通大众参考使用。

图书在版编目 (CIP) 数据

抗癌药膳食疗方/刘从明,顾平,杨建宇主编. —北京:
化学工业出版社, 2008. 1
ISBN 978-7-122-01736-9

I. 抗… II. ①刘…②顾…③杨… III. 癌-食物疗法-
食谱 IV. R247.1 TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 199762 号

责任编辑: 李少华 蔡 红
责任校对: 王素芹

封面设计: 小腻子设计工作坊

出版发行: 化学工业出版社 生物医药出版分社

(北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)

印 装: 北京云浩印刷有限责任公司

850mm×1168mm 1/32 印张 8¼ 字数 173 千字

2008 年 3 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价: 16.80 元

版权所有 违者必究

编写人员名单

主 编 刘从明 顾 平 杨建宇

主 审 周宜强 刘嘉湘

副 主 编 王黎军 杨 杰 孙永章

编写人员 (以姓氏汉语拼音为序)

陈选京	范竹雯	高尚社	顾 平	郭会军
黄秀华	李 忠	李彦知	刘 平	刘从明
乔德荣	尚志华	史金花	苏 根	苏 玲
孙永章	索荣斌	王黎军	王晓萍	魏素红
许 华	杨建强	杨建宇	杨 杰	杨均利
杨振江	于海波	张金良	张书文	张万鹏
赵建成	郑东海	郑绍明		

编写说明

由于社会、环境、生活等多种因素的综合作用，目前癌症已成为导致死亡的首位病因，严重威胁人民的健康。中医药在防癌抗癌、减少放化疗不良反应、延长生存期、提高生存质量等方面一直被认为具有肯定的疗效，在攻克癌症方面被寄予很大希望。

药膳是以药物为膳食，以膳食为药物，将药物与食物相配伍，烹制成融抗癌、滋补为一体的美味佳肴。本书所介绍的抗癌药膳是根据各种癌症不同阶段的病因病机及人体生理特点，选用具有防癌和抗癌作用的药材食材，根据中医药辨证、辨病论治的配伍理论，并辅以正确的烹调方式，使药膳达到功效显著、色味俱美、营养均衡的目标。

本书共分为两部分，第一部分概述了肿瘤药膳食疗的理论基础、配膳原则及饮食禁忌，第二部分对 26 种人体各部位癌症分别介绍了有针对作用的治疗性药膳和化疗、放疗与术后康复药膳。所选药膳功效明确、操作简易、原料易得，不但适用于各级中医师、中西医结合的临床医师，癌症患者及家属和关注健康的普通大众也可参考使用。需要说明的是本书所载食疗药膳方仅可作为辅助治疗，不能替代医院专业治疗。

由于时间有限，疏漏之处在所难免，敬请广大读者指正！

编者

2007.12

目 录

第一章 肿瘤的食疗/1

一、食疗理论基础/5

1. 药食同源/9

2. 食物性味/9

二、肿瘤食疗原则/11

(一) 辨证配膳/11

1. 辨证原则/11

2. 辨证施食/15

(二) 三因制宜/16

1. 因时制宜/16

2. 因地制宜/17

3. 因人制宜/17

(三) 抗癌防癌膳食原则/18

1. 低脂肪低盐的膳食/18

2. 适量的蛋白质膳食/19

3. 高热量膳食/19

4. 高维生素膳食/19

5. 高无机盐膳食/20

6. 多样化的平衡膳食/20

7. 平衡膳食/21

三、饮食禁忌/22

参考文献/22

第二章 临床药膳治疗方案/23

第一节 颅内肿瘤/24

一、辨病施膳通治良方/25

炸雪魔芋片/25

魔芋粗丝/25

炒牛蒡/26

高丽碧螺春/26

宁神排骨汤/27

天麻猪脑盅/27

龙眼枣仁饮/28

白菊花决明粥/28

龙眼洋参饮/29

通气肉辣皮/29

麻辣牛肉/30

二、放化疗反应与术后调理药膳/31

田七炖鸡/31

参须肉汤/31

第二节 鼻咽癌/32

一、辨病施膳通治良方/33

高汤芦笋尖/33

蜜汁莲藕/34

菊蚌怀珠/35

蛤烩黑豆/35

银耳莲子羹/36

银花鹌鹑/36

金针菜香菇包/37

鸡腿烧莲子/37

参须清热茶/38

莲子粥/38

石竹茶/38

桑菊枸杞饮/39

大蒜萝卜汁/39

百合芦笋汤/39

蛇莲肉汤/39

鸡蛋全蝎/40

二、放化疗反应与术后调理药膳/40

开胃海参/40

酱汁扁豆/41

杨梅肉丸/41

黄芪枸杞子炖甲鱼/42

灵芝煲乌龟/43

猴头菇炖银耳/43

归参龙眼炖乌鸡/43

第三节 舌癌/44

辨病施膳通治良方/45

梅肉红茶/45

升麻炖大肠/45

白糖五丁/46

西瓜玉米须饴糖/47

第四节 喉癌/47

一、辨病施膳通治良方/48

橄榄罗汉果汤/48

土豆知了/49

糖参润肺汤/49

冰糖雪蛤膏/49

杏圆银耳/50

牛蒡粥/51

荔枝西瓜盅/51

清炒绿豆芽/52

甘蔗粥/52

二、放化疗反应与术后调理药膳/53

雪梨浆/53

第五节 甲状腺肿瘤/53

辨病施膳通治良方/54

胖大海蜜滋/54

文蛤饼/55

萝卜海带汤/55

紫菜蛋卷/56

泡参田三七汤/56

昆布薏苡仁汤/57

夏枯草清凉茶/58

海带焖饭/58

第六节 食管癌/59

一、辨病施膳通治良方/60

蟾蜍玉米散/60

三心烩丹参/60

威灵仙龙眼肉羹/61

苏蜜饮/61

山楂桃仁露/62

姜汁牛奶饮/62

雷公藤红枣蜜饮/62

海带肉冻/63

山药杞子炖牛肉/63

乌龙豆腐/63

鲜乳粥/64

猪血丸子/64

黄豆煮鸡翅/65

蚰蜒猪肉汤/66

肉桂鸡肝/66

莴苣三鲜汤/67

天然菱叶饮料/67

荠菜猴头条/68

元代河西肺/68

豆蔻馒头/69

二、放化疗反应与术后调理药膳/69

沙参薏米粥/69

黄芪鹌鹑/70

第七节 纵隔肿瘤/70

辨病施膳通治良方/71

蚌肉粥/71

贝母甲鱼/72

鲜冬菇炒笋丝/72

马兰根兔肉/73

第八节 胃癌/73

一、辨病施膳通治良方/75

苦瓜焖鸡翅/75

仙人掌炒牛肉/76

油炒苦瓜/76

核桃枝煮鸡蛋/76

蜂蛹健康小吃/77

大蒜鸡汤/77

香卤猴头/77

什锦多维玉米粥/78

血蘑菇汤/79

玉液炖鸡/79

米酒浸马蹄/80

红酒烩兔肉/80

枇杷叶糯米粽/81

鲜芦根粥/82

鲍鱼猪肉汤/82

羊奶冰糖煮鸡蛋/82

辣味陈皮兔丁/83

牛油炒冬菇/84

椒面粥/84

西瓜速溶饮/85

鸡丝莼菜汤/85

山药扁豆糕/86

无花果煮鸡蛋/86

白菜墩/87

茶叶鹌鹑皮蛋/88

龙眼粥/88

香菇炒菜花/89

刀鱼面/89

芝麻鸡卷/90

脂酒红枣/91

抗癌柿茶/91

吉隆坡上等炖品/92

肉骨茶/92

双参三鲜/93

金山银兔/93

猴头菇什锦煲/94

绿茶奶饮/94

人参肉酱/95

糖醋菠萝猪肉/95

参苓粥/96

黄药子炖母鸡/97

柴胡薏米粥/97

黄笋肉丝汤/97

半枝莲蛇舌草蜜饮/98

蜜饯猕猴桃/98

牡蛎汤/98

花椒炖猪肉/99

红枣红糖煮南瓜/99

二、放化疗反应与术后调理药膳/99

石韦大枣汤/99

乌龟猪蹄人参汤/100

人参阿胶当归羹/100

归芪鳝鱼羹/100

参须炖汤/101

味噌汤/101

红烧黄豆牛腩/102

燕窝椰子盅/102

鸽肉红枣饭/102

胚芽米炒饭/103

第九节 肝癌/103

一、辨病施膳通治良方/105

清炖蛇段/105

香荔滑鸡珠/105

乌龙茶炖牛肉/106

高良姜炖鸡/106

木瓜汤/107

米酒蒸螃蟹/107

烧槟榔豆腐/108

红烧高丽菜/108

蛤仔豆腐/109

醒胃花椰菜/109

冰糖奶酪/110

草果黄雌鸡/110

拔丝西瓜/111

香菇蒸鲤鱼/111

公鸭蘑菇汤/112

素海蜇/112

茶茅姜枣乌鱼汤/113

龙葵煎/114

牵牛子粥/114

豉汁柚皮/115

凉拌胡萝卜丝/115

蛋包西红柿/116

鳖甲炖鸽肉/117

清煮瘦猪肉/117

青鱼小馅饼/117

梨粥/118

山药素鲑仁/118

首乌蛋/119

木耳醋鸡肝/120

红花炙羊心/120

菊花肉片/121

归参鳝鱼/121

薏仁炖鸭/122

黑木耳炒猪肝/123

佛手青皮蜜饮/123

山楂粥/123

芦笋玉米须粥/124

败酱卤鸡蛋/124

鸡肉茯苓馄饨/124

金针菇蒸鳗鱼/125

二、放化疗反应与术后调理药膳/125

板蓝根煨红枣/125

巴戟炖猪大肠/125

龙眼猪骨炖乌龟/126

黑芝麻豆奶/126

牛奶猪肝汤/127

第十节 胆囊癌/128

辨病施膳通治良方/128

茵陈粥/128
木耳炒素肠/129
素炒金针菇/130
橘汁茶/130
清烧红果/131
茯苓糕/132
五彩蛋饼/132

第十一节 胰腺癌/133

辨病施膳通治良方/136

五彩橘丝/136
芋粥/136
附子粥/137
王瓜根肝糊汤/137
南瓜饭/138
白兔汤/138
山药清汤/138
桑白皮煲兔肉/139
凉拌酸果/140
槟榔粥/140
清茶肉丸/141
银耳茉莉汤/141
豌豆素炒/142
灵芝清补汤/143
老鼠芋汁/143

第十二节 大肠癌/143

一、辨病施膳通治良方/145

薏米粥/145
壁虎蛋黄粉/145
紫茄蒸食方/146
槐花饮/146
当归桃仁粥/146

萝卜苡仁粥/147
黄芪鲈鱼汤/147
高丽参炖鸡/147
芝麻润肠糕/148
茉莉茶蛋羹/148

苦楝根粥/149
红藤莲子汤/149
芥麦龙眼粥/149
酸辣菠汁面条/150
绿茶色拉/151
仙人粥/151

芝麻鱼排/152
皮蛋炒辣椒/152
豆蔻乌骨鸡/153
一味薯蕷饮/154
龟肉羹/154
干姜粥/155
猪血鲫鱼粥/155
红薯粥/156
赤小豆煲鸡/156
素烧萝卜/157
八仙饭/157
口蘑三鲜汤/158

二、放化疗反应与术后调理药膳/158

香菇面/158
三七香菇炖母鸡/159

第十三节 肺癌/159

一、辨病施膳通治良方/161

荸荠无花果汁/161
金银花雪梨蜜饮/161
三七鸡汤/162

鹤枣饮/162

蜜钱百合/162

百合炒肉片/162

枇杷叶粥/163

鸭粥/163

补虚正气粥/164

二、放化疗反应与术后调理药膳/164

首乌牛肉汤/164

百合桃/164

凉拌芦笋/165

太子鸡/165

雪耳清润汤/166

第十四节 乳腺癌/166

一、辨病施膳通治良方/167

胡桃壳煮五香蛋/167

腊味萝卜糕/168

素炒四宝/169

薏荔果猪脚汤/169

蒲公英粥/170

圆囡肉茄/170

皂角刺煨老母鸡/171

干贝豆腐汤/171

龙井明菇/172

莼羹/172

滋阴花胶汤/173

干贝竹笋沙参汤/174

枸橘山楂蜜饮/174

当归川芎粥/174

蒜苗肉包子/175

附菱鲫鱼汤/175

猴头黄芪鲜汤/175

二、放化疗反应与术后调理药膳/176

二参炖乌骨鸡/176

四神猪肠汤/176

红枣炖兔肉/177

第十五节 子宫颈癌和子宫体癌/177

一、辨病施膳通治良方/179

木耳蛇羹/179

艾叶蛋/180

山楂汁青鱼/180

莲子甲鱼/181

五花茶/181

鲜鲍洋参汤/182

福州薯丸/183

炒扁豆泥/183

白果蒸鸡蛋/184

土茯苓糖水/184

乌龟煨汤（八卦汤）/184

花椒油拌藕/185

参枣米饭/186

糖醋鹌鹑蛋/186

淫羊藿山药面/187

薏苡仁莲枣羹/187

百合田七炖鸽肉/188

香菇干贝粥/188

鲜虾汤/189

金丝鲤鱼羹/189

葡萄干墨鱼/189

二、放化疗反应与术后调理药膳/190

花生芝麻豆奶/190

羊鱼鲜补汤/191

当归炖鱼片/191

第十六节 卵巢癌/192

一、辨病施膳通治良方/193

桑寄生煲鸡蛋/193

鲜炒木耳/193

商陆粥/194

鱼肚猪肉糯米粥/194

二、放化疗反应与术后调理药膳/195

参芪健脾汤/195

第十七节 绒毛膜上皮癌/196

一、辨病施膳通治良方/196

二、放化疗反应与术后调理药膳/197

第十八节 肾癌/198

一、辨病施膳通治良方/200

牛膝蹄筋/200

川芎米酒鸡/200

狗肉豆豉粥/201

秋石墨鱼/202

香片蒸鱼/202

百花酿芦笋/203

二、放化疗反应与术后调理药膳/204

薤仁煨白菜/204

第十九节 膀胱癌/204

一、辨病施膳通治良方/205

芦笋炒豆芽/205

阿胶芪枣汤/206

黄芪汤/206

二豆苡仁羹/206

复方乌梅汤/207

清蒸桃胶/207

鸡内金赤小豆粥/207

辣油莴苣/208

瞿麦滑石粥/209

腊鸭冬菇汤/209

龟肉炖猪肚/210

枸杞薏仁/210

商陆羊肉羹/211

西瓜葡萄酒/211

茯苓包子/212

焙蛤蜊/212

二、放化疗反应与术后调理药膳/213

太子参鲮鱼羹/213

当归牛肉饭/214

第二十节 睾丸癌与附睾肿瘤/214

一、辨病施膳通治良方/215

茴香粥/215

二、放化疗反应与术后调理药膳/215

排骨六味汤/215

第二十一节 前列腺癌/216

辨病施膳通治良方/217

黄芪羊肉汤/217

美味福寿螺/217

祁门红茶鸡丁/218

番茄鱼片/218

第二十二节 恶性骨肿瘤/219

一、辨病施膳通治良方/220

天麻咸鸭蛋/220

乳香蛋丁/220

香糠大蒜酒/220

滋补素海参/221

木瓜酱/222

川乌粥/222

生地黄鸡/223

匙子扒海参/223

鱼鳞汤/224

薯仔肉饼/224

山药小笼包/225

二、放化疗反应与术后调理药膳/225

竹叶粥/225

石膏粥/226

第二十三章 软组织恶性肿瘤/226

辨病施膳通治良方/227

清热酸果/227

保健大蒜酒/228

第二十四章 白血病/228

一、辨病施膳通治良方/229

蛇舌草绿茶饮/229

蟾蜍蛋/230

天门冬粥/230

十全十补排骨汤/231

草莓柠檬汁/231

芦荟饮/232

马蹄素鲑仁/232

酸梅排骨/233

百合猪肝散/233

陈皮鸡/234

红枣炖肘/234

猪血肠/235

团鱼羊肉汤/235

紫珠仙鹤草莓饮/236

大蒜汁/236

芦笋炒肉片/236

双耳金针菇/237

川芎茶/237

魔芋粥/238

二、放化疗反应与术后调理药膳/238

归芪羊肉羹/238

首乌鸡丁/238

第二十五章 恶性淋巴瘤/239

辨病施膳通治良方/240

豆芽凉面/240

淮杞三七汤/240

腊味慈菇球/241

法式烩茄子/241

南瓜蔗棒/242

裙带菜洋芋色拉/243

人参山芋饭/243

香菇拼盘/244

第二十六章 皮肤癌/244

一、辨病施膳通治良方/245

酱香茄子/245

黄芪咕噜肉/246

栀子仁粥/246

芦笋蛋饼/247

山苓肉包/247

二、放化疗反应与术后调理药膳/248

蕺菜鲤鱼汤/248

金针菇什锦烩/248

第一章

肿瘤的食疗

我国医家在 2000 多年前对肿瘤就有认识。《说文》、《尔雅》、《正字通》等著作中，有“肿是痛、瘤是流，因气血聚所以生肿瘤”等论述，《周礼·天官》一书中就有“疡医”的记载，而疡医为专掌“肿疡”者。当时的“肿疡”即包括了肿瘤。我国现存最早的一部医学经典著作《黄帝内经》中提到的“肠覃”、“石瘕”，《难经》中的“积聚”；隋代《诸病源候论》中的“癥瘕”等，据考证就包括了子宫、胃肠、胰腺肿瘤在内，或者就是指这些脏器的肿瘤。宋代《三因方》中的“癭瘤”，就是指甲状腺肿瘤。宋代《卫济宝书》中第一次使用“癌”字，并对癌作了描述。宋代窦汉卿在《疮疡经验全书》中说的“乳岩”，就是现今的乳腺癌。他说，“若未破可疗，已破难治，捻之内如山岩，故名之。”而汉、唐医家所论述的“噎膈”、“反胃”，相当于现今的食管癌、胃癌，“茧唇”、“舌菌”类似现今的唇癌和舌癌。在元代《丹溪心法》一书中，首先提到了“乳癌”。明代《医学正传》上对乳癌又作了更为详尽的论述。该书说，“乳癌始有核，肿结如鳖、棋子大，不痛不痒，五七日方成疮……如成疮之后，则如岩穴之阻，或如人口有唇”，噎膈有“食管中系有形之物阻扼其间，而非常窄隘也”的记载。祖国医学对肿瘤病因、病机及治疗进行了论述。

茧唇：《医宗金鉴》云，“初起如豆粒，渐长若蚕茧，坚硬而疼痛，妨碍饮食……若溃后如翻花，时津血水者属逆”。此证的描述与现代医学唇癌的表现颇类似。

舌菌：乃中医病名，类似现代医学的舌癌。《医宗金鉴》谓，“其症最恶，初如豆，次如菌，头大蒂小，又名舌菌，疼痛红烂无皮……若失于调治，以致焮肿，突如泛莲，或状如鸡冠，舌本短缩，不能伸舒，妨碍饮食言语，

时津臭涎。”以上所述符合舌癌的临床表现。

瘰癧：瘰疾即甲状腺肿块。《三因方》中将瘰癧分为五瘰六瘤。五瘰描述如下：“坚硬不可移者名曰‘石瘰’，皮色不变者名‘肉瘰’，筋脉露结者名‘筋瘰’，赤脉交结者名‘血瘰’，随忧愁消长者名‘气瘰’。五瘰皆不妄决，破则脓血崩溃，多致夭枉”。五瘰之中，石瘰相当于甲状腺癌，肉瘰相当于甲状腺腺瘤，筋瘰相当于浅表静脉瘤，血瘰相当于颈部血管瘤，气瘰相当于地方性甲状腺肿。《三因方》中记载：“瘤则有六，骨瘤、脂瘤、气瘤、肉瘤、脓瘤、血瘤，亦不可决溃。”而六瘤中之骨瘤相当于骨肿瘤，脂瘤相当于脂肪瘤，气瘤相当于软组织肿瘤，肉瘤相当于良性肿瘤，脓瘤可能是恶性肿瘤溃疡化脓病证，血瘤则与血管瘤相类似。

肺积：乃中医病名。《济生方》谓：“息贲之状，积在右肋下，覆大如杯，喘息奔溢是为肺积。”上述描述一般是指恶性肿瘤由肺经淋巴结转移而出现的腋下及锁骨上淋巴结肿大而言。

噎膈：《灵枢经》曰，“脾脉微急膈中，食饮入而还出，后沃沫”。这些症状为饮水可下，而食物难入之证，相当于食管癌的梗阻反食。

乳岩：《诸病源候论》中谓，“石痈之候微强不甚大，不赤微痛热……但结核如石”，“乳中结核，硬若石状”。《外科正宗》述：“聚结成核，初如豆大，渐如棋子……日后肿如堆粟，或如覆碗，色紫气秽，疼痛连心，出血作臭，其时五脏俱衰，四大不救，名曰乳岩，凡犯此者，百人百必死”。这些描述与现今的乳腺癌相似。

反胃：《金匱要略》云，“朝食暮吐，暮食早吐，宿谷不化，名曰反胃”。此症对食物虽可食，但食之即复出。

相当于胃窦部癌。

肠覃：《内经》说，“初大如鸡蛋，可渐而增大，继而发硬，推之可动者是也。妇人肠覃其形似妊娠，但月事仍按时以下。”肠覃之症，大致与子宫肌瘤、卵巢肿瘤或盆腔肿块相类似。

癥瘕：《诸病源候论》谓，“其病不动者名为癥。若病虽有结症而可推移者，名为瘕，瘕者假也，谓虚假可动也”。《肘后备急方》曰：“凡癥坚之起，多以渐生，如有卒觉便牢大，自难治，腹中癥中结节，便害饮食，转羸瘦”。可见癥瘕相当于腹腔内的恶性肿瘤或肿块。

积聚：《难经》，“气之所积名曰积，气之所聚名曰聚，故积者五脏所生，聚者六腑所成也。”《金匱要略》中谓：“积者脏病也，终不移。聚者腑病也，发作有时，辗转痛移为可活。”由上述可见“积”是固定不移的肿块，而“聚”是推之可动之痞块。积聚与癥瘕相类似，积类于癥，聚类于瘕。大致相当于腹中恶性肿瘤一类的病症。

石疽：石疽为“痈疽肿硬如石，久不作脓者是也”。《医宗金鉴》谓。石疽是“生于颈项两旁，形如桃李，皮色如常，坚硬如石……难消难溃，皮顽之症也”。这些描述，相当于颈部淋巴结转移癌或恶性淋巴瘤。

失荣：乃中医病名。相当于颈部的肿块，如颈部之淋巴瘤、转移性淋巴结肿块等。《医宗金鉴》谓：“失荣证生于耳之前后及肩项，其证初起，状如痰核，推之不动，坚硬如石，皮色如常，日渐增大……日久难愈，形色渐衰，肌肉瘦削，愈溃愈硬，色现紫斑，瘤溃浸淫，浸流血水，疮口开大，赘肉高突，形似翻花瘤症”。以上描述说明失荣是颈部和锁骨上区的淋巴恶性肿瘤。

肉瘤：《外科正宗》谓，“肉瘤者软若绵，高似馒，皮